

# 抽烟被发现检讨书 抽烟被老婆发现检讨书 (通用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 抽烟被发现检讨书篇一

尊敬的xx□

一开始学着抽烟是为了好玩，到了后来就慢慢上瘾了。我知道吸烟对我们的身体不好，尤其是对肺和心脏不好。老婆明文规定限制吸烟数量。我也知道不让我抽烟是为了我好。我犯下的错误非常严重，我感到自己对不起老婆对我的关爱事后，我冷静的想了很久，感到非常后悔。我深刻的认识到事情的严重性。往小了说是我自己吸烟，对自己身体有害；往大了说是给环境造成了污染，我深深懊悔不已。深刻检讨。以后我一定端正态度，改正抽烟的坏习惯，提高对自身的要求，加强自我约束，严格遵守家庭的'纪律。

当抽烟被你发现的那一刻，我当时感到很烦躁：就这么点爱好，你咋管得那么严呀，整天盯着我这点小毛病，你不烦我还烦呢。

当我必须写检讨的时候，我的心平和了许多，与以前自由自在的时光相比较，我突然觉得，这一份管制，其实是一份深甸甸的爱，我终于明白，你的期望，其实就是让我陪着你慢慢变老，到老了的时候，我还有强健的体魄能陪着你走遍天涯海角！

戒了吧，与你浓浓的爱相比，香烟的诱惑真的很渺小。我坚信，为了你幸福的笑脸，戒烟的代价很小！

亲爱的，请相信我对你的爱！

如今，犯了大错，我深深懊悔不已。我会以这次违纪事件作为一面镜子时时检点自己，批评和教育自己，自觉接受监督。我要知羞而警醒，知羞而奋进，亡羊补牢、化羞耻为动力，努力维护和老婆的安定团结。俗话说：再一再二不再三。真心的希望老婆能够给我一个改正错误的机会！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

xx月xx日

## 抽烟被发现检讨书篇二

敬爱的老婆：

您好！

我烟瘾又犯了，然后忍不住，在厕所里抽烟，我的这种行为是很让您厌烦的，也是很遵守承诺的，我要好好的检讨自己的一个行为。

这次抽烟其实也是我自己的一个行为没有控制住，之前也是答应过你，要戒烟的，而且其实我也是知道吸烟对于身体来说是非常不好的，不但是伤害自己，而且二手烟也是让你的健康也是受损了，这种损人也不利己的事情我本来就是不应该去做的，可是我确是很难控制自己，之前也是偷偷吸过，只是没被你发现，这次在厕所吸烟，我也是实在烟瘾犯了，我知道自己真的很难控制，不过我也是知道，我也是要戒掉的，不能再吸烟了，而且我自己也是要有自己的一个想法，

不能再这样了。

老婆之前也是反复跟我说过很多次了，要我戒掉，其实我心里也是明白，只是行动上实在是有些控制不了，而今再次的犯错，吸烟了，我也是要好好的跟你道歉，你不要再生气了，我一定会改的，以后也是不会买烟，不会身上带打火机了，特别是别人的烟也是不能再接了，既然决定了戒烟，就必须自己来控制，而不是说自己还忍不住，即使是忍不住也是强迫自己来忍着，这不但是为了自己，也是为了我们的家庭，我也是要把烟给戒掉了的，只有戒掉了烟，那么我才能更好的去让自己更加的健康，更好的为家庭做自己的一份贡献的。

我也是要听老婆的话，之前其实老婆让我戒烟，我还有些无所谓的态度，这次老婆大发脾气，我也是知道自己不能再这样行动上不为了，我也是犯了错误，我明白老婆生气并不是我抽烟，而是我做了承诺却没有去遵守，而且也不为自己的一个健康着想，我也是感到很愧疚，没有好好的听从老婆的话，没有在事情发生的时候就坚定的决定戒掉烟，想办法克服这个烟瘾的困难，别的人也是可以戒掉的，我就不信我自己是戒不掉的，我在这里也是真的决定一定会好好的去戒烟，绝对不能再沾了。

老婆很多时候的话跟我说，其实都是为了我好，我也是清楚自己有挺多的方面都做的不是很好，也是让老婆操心了，我以后一定不能再这样，而是需要自己好好的对待，听老婆的话，不再犯错，戒掉烟。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

xx月xx日

## 抽烟被发现检讨书篇三

亲爱的老婆：

你好！我是老公，经过深刻的反思，对于昨天晚上抽烟让老婆伤心失望的事实我感到十分后悔，也对昨天自己的所作所为感到万分痛心，后悔不已。

昨天晚上，和两个没回家的朋友在宿舍一起吃饭，期间经不起推让抽了几支烟，后来喝酒还喝多了。直接睡着了，在一起的126天以来唯一一次没给老婆说晚安，也没有给老婆小太阳。另外，昨天和老婆说好了，不抽烟，抽一根老婆一天不搭理我，我理解成了老婆回来之后才开始实施，也是昨天抽烟的原因吧。但是，不管怎么说，就算是有误解，我也不应该抽烟，不能只靠老婆的监督关心，我自己更应该自觉，所以现在十分的后悔。全是自己作的，我想承担后果，却承担不起老婆不理我。

由于的我过错，导致那么多天来老婆第一次发那么大的火，老婆很严肃的说了好几句。让我彻底着急了，我早该想到我这么做会让老婆伤心心寒，会让老婆对我不信任，现在想真的不该是我太过分。在老婆发火的时候，我还不认错却提晚上不搭理我的事，让老婆再次伤心，错上加错，满脑子就俩字，后悔。

这虽然看起来是普通的事，却不是小事，也反映出了大问题。我答应老婆的事没做到，这是信任问题，老婆发火一点不为过，十分应该，我这臭毛病就得治，严重来说，这是欺骗，欺骗老婆对我的感情，我他妈真混蛋。

错归错，我一定好好反思好好改正。但是我对老婆的感情是真的，绝对没有一丝不认真，确实是发自内心的，我相信老

婆肯定知道，但对我就得采取强硬措施所以才说那么决绝的话，真的是让老婆伤心了，辜负了老婆对我的期望。说白了，不让我抽烟不是为我身体着想吗，以后还要训练，毕业考核，而我做的确实太过分。没有哪个人能忍受自己的男朋友一直不成熟，一直不成长，而我却让老婆那么失望，一次次因为小事情惹老婆不开心，让老婆怀疑感情，这是我最怕的，最承受不起的，但是由于我的愚笨做的事产生了那样的结果，我是该好好认认真真的. 反思反思了。

对于这次的错误，和以后应该注意到的地方，我保证做到以下几点：

- 1、对于抽烟，从现在开始，我做到绝不再抽一支烟，如果再抽，一切听从老婆处治。
- 2、以后和老婆认真决定的事情都要做到，决不食言。
- 3、以后答应老婆努力做到的事情尽全力去做，让老婆看到我的进步。
- 4、老婆发火的时候不顶撞，闹别扭之后主动找哄老婆开心。
- 5、孩子气要改掉，不能再无理取闹惹老婆不开心。

最后，再次针对抽烟这件事向老婆道歉，请老婆不要不开心了，希望靠自己以后的表现让老婆原谅，希望老婆开开心心的回来！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

xx月xx日

## 抽烟被发现检讨书篇四

亲爱的xx□

您好！

经过我冷静沉着的反思，发现我有大小罪加起来十余条，基于我所犯的这些错误，在这里我向你做出最最深刻的检查，为了得到您的宽恕还有广大人民群众的宽恕，只要您能消消气，我接受任何（非分手形式）的严格处罚。这样才能让罪恶累累的我有一个改过自新的大好机会。以下是我所犯的罪恶行径及个人改正意见，请亲爱的同志批阅：

1、再也不抽烟了。

2、以后当我惹你生气时，我会站在你面前给你骂、给你打，我骂不还口，打不还手。当你心情不好时，我会静静的听你倾诉，在一旁开导你，安慰你。

3、你所做的事，所做的'一切，都是对的。你说太阳是圆的就是圆的，太阳是方的就是方的。

我错了，我已经恨不得让自己消失在这个地平线上，我真的悔不当初呀！

如果你还愿意听我说句人话，我请求你能原谅我的无知和冲动，原谅我的累累罪行！

我希望你还能做回我的那个恩情，我以后还是那个能陪你笑陪你哭的好劳工。

真挚希望得到你的原谅！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

xx月xx日

## 抽烟被发现检讨书篇五

亲爱的老婆：

对不起，一直以来好日子没让你过好，总是带给你痛苦。嫁给一个抽烟的人，需要多大的勇气，该是多深厚的一份爱，可惜我以前总是忽略了，瞎了眼。从如皋到合肥再到潜山，你始终不离不弃，陪伴着我，小心呵护我们的爱。我们的故事仿佛从我在坝顶强吻你开始的，一直到现在，走过的不算漫长但坎坎坷坷也淌过来了，甜中有咸。

回到潜山的日子确实安逸了，思想上也放松了，有了一些不成熟的想法，没有考虑过你的感受，就开始聊了谈了，哎。还有我的脾气确实在很多时候温顺耐心，但总卡在关键问题上，一遇急就很武断很不耐烦，很粗暴的打断你合理的建议，这个狗脾气很臭很臭，其实我想做一名既能做事又能做人的我，这是不该纵容的，当然必须马上改，否则小到做人做事也是空话废话。

老婆，我丝毫不怀疑与你的相爱是正确的，尽管生气的时候你喜欢嘀咕瞎了眼，但其实我知道你是怒其不争，是爱我的，可惜我还总是拿这个反驳你，我不是人，辜负你一片苦心。

写此xx□一来做个保证，更重要的是通过这种方式把这些事故教训刻在脑海刻在心底，时刻提醒自己，给自己画个尺度，衡量自己的抽烟行为，也时刻告诫自己有了你还有什么不知

足。

一片冰心在玉壶，我的教训足够了！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

xx月xx日